

Mobilité

Risque de chutes

Prévention

Equilibre



Programme 2020

Activités physiques adaptées Gymnastique Equilibre

En collectif

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand: Vendredis après-midi :

2, 9, 16 Octobre
6, 13, 20, 27 Novembre
4, 11, 18 Décembre

Où:

Salle Annexe de la Mairie
16, Rue de la Mairie
35 350 Saint-Coulomb

Tarif:

10 séances à 20€



Mobilité

Risque de chutes

Prévention

Equilibre



Programme 2020

Activités physiques adaptées Gymnastique Equilibre

En collectif

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand: Vendredis après-midi :

2, 9, 16 Octobre
6, 13, 20, 27 Novembre
4, 11, 18 Décembre

Où:

Salle Annexe de la Mairie
16, Rue de la Mairie
35 350 Saint-Coulomb

Tarif:

10 séances à 20€



Mobilité

Risque de chutes

Prévention

Equilibre



Programme 2020

Activités physiques adaptées Gymnastique Equilibre

En collectif

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand: Vendredis après-midi :

2, 9, 16 Octobre
6, 13, 20, 27 Novembre
4, 11, 18 Décembre

Où:

Salle Annexe de la Mairie
16, Rue de la Mairie
35 350 Saint-Coulomb

Tarif:

10 séances à 20€



En individuel

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand:

Tous les vendredis matins
Jusqu'à 5 séances

Où:

A votre domicile

Tarif:

5 séances à 25€

Infos pratiques

> **Intervenante:**

Maruia LE HEURT, éducatrice sportive spécialisée en Activités Physiques Adaptées.

> **Informations et Inscriptions obligatoires** au :

CLIC de la Côte d'Emeraude
1, rue Henri Dunant
35800 DINARD
02 99 16 88 76
accueil@clic-cote-emmaude.fr

En individuel

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand:

Tous les vendredis matins
Jusqu'à 5 séances

Où:

A votre domicile

Tarif:

5 séances à 25€

Infos pratiques

> **Intervenante:**

Maruia LE HEURT, éducatrice sportive spécialisée en Activités Physiques Adaptées.

> **Informations et Inscriptions obligatoires** au :

CLIC de la Côte d'Emeraude
1, rue Henri Dunant
35800 DINARD
02 99 16 88 76
accueil@clic-cote-emmaude.fr

En individuel

Pour qui:

Personnes de plus de 65 ans

Quand:

Tous les vendredis matins
Jusqu'à 5 séances

Où:

A votre domicile

Tarif:

5 séances à 25€

Infos pratiques

> **Intervenante:**

Maruia LE HEURT, éducatrice sportive spécialisée en Activités Physiques Adaptées.

> **Informations et Inscriptions obligatoires** au :

CLIC de la Côte d'Emeraude
1, rue Henri Dunant
35800 DINARD
02 99 16 88 76
accueil@clic-cote-emmaude.fr